



暖かな春の陽気とともに、新生活がスタートしました。子ども達は新しい環境に慣れるまで時間がかかるかもしれませんが、ゆっくり見守っていきましょう。
園ではおいしい給食を用意して、子ども達の楽しい園生活を支えていきたいと考えています。



★園での食事に慣れよう★

4月、子ども達は新しい環境の中で不安と緊張、とまどいながらのスタートになります。子どもひとりひとりが園に慣れ親しんでいく過程はさまざまですが、みんなで集まって食事をする雰囲気は、安心して過ごせる「心のよりどころ」となる場です。「園の食事が待ち遠しい!楽しい!」という気持ちにつながるように進めていきたいものです。

保育園の給食では、1か月で2週間の献立を繰り返します。

月2回同じメニューが出ることで、食材や味に慣れ、食べられなかった献立が食べれるようになっていきます。



今年度の給食室担当者

黒木由紀子	(栄養士)
藤野 良枝	(栄養士)
中川 由希	(調理師)
鈴里 美穂	(調理員)
八坂 夕姫	(栄養士)

子供達に安心安全で美味しい給食を届けるよう、力を合わせて頑張ります! よろしくお願い致します。



今月26日はお弁当の日です。
お弁当を作る際のポイントや衛生面について、ご紹介します。
弁当づくりのポイントは「お・い・し・そ・う」+ 衛生管理です。

「お」大きさはピッタリ

お弁当は、子どもが確実に食べきれ
る量を入れましょう。

<弁当の大きさの目安>

1~2歳児 350ml

3~5歳児 400~450ml



「い」彩よく

見た目が良いだけでなく、栄養バランスも良い弁当になります。
また、食欲もそそります。

「し」主食・主菜・副菜をそろえる

主食：主菜：副菜=3：1：2の割合で詰めると、栄養バランス
が良くなります。食べ慣れているものを入れましょう。

「そ」それぞれの調理方法で

煮る・焼く・揚げる・炒めるなど、様々な調理方法を組み合わせ
ると、味のバランスも良くなります。

「う」動かないように

中身が動かないように、すき間なく入れましょう。ミニトマト、
ミートボール等、のどに詰めやすいものは、4等分するなど工夫
しましょう。